

Отчет по самообразованию на тему: «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ вне занятий»  
2018 – 2019 года.

Подготовила: инструктор по физической культуре Сергеева М.А.

Развитие детей и укрепление их здоровья в процессе обучения в дошкольных образовательных учреждениях – одна из актуальных задач современной педагогики.

Цель моей педагогической деятельности с детьми - создание условий для повышения двигательной активности, укрепление здоровья дошкольников. Выполнение программных требований предусматривает учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья, физического развития и физической подготовленности.

В системе физического воспитания в детском саду используются следующие организованные формы работы двигательной деятельности детей:

- физкультурные занятия;
- утренняя гимнастика;
- физкультурные минутки;
- динамические паузы;
- подвижные игры и физические упражнения на прогулке;
- спортивные упражнения;
- досуги физкультурной направленности.
- спортивные праздники.

В учреждении созданы оптимальные условия для охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития:

- полноценное питание (завтрак, обед, полдник) осуществляется в соответствии с нормативными документами;
- оздоровительная работа с детьми (закаливание, воздушные ванны, босохождение по массажным дорожкам);
- комплексная диагностика по физическому развитию детей.

Прирост физической подготовленности за 2018-2019 учебный год составил в среднем по МАДОУ города Нижневартовска ДС № 29 «Ёлочка» - **34%**

Дети уверенно, с небольшой помощью выполняют основные движения, общеразвивающие упражнения, соблюдают направление, основную форму и последовательность действий, действуют в соответствии с указаниями в общем ритме и темпе, с желанием включаются и осваивают новые разнообразные движения, соблюдают правила в подвижных играх. Некоторые дети уверенно, самостоятельно и точно выполняют задания, действуют в общем для всех темпе, легко находят свое место при совместных построениях и в играх, быстро реагируют на сигнал, переключаются с одного

движения на другое, с большим удовольствием участвуют в играх, строго соблюдают правила, стремятся к выполнению ведущих ролей в игре.

Высокий показатель физического развития обусловлен созданием в МАДОУ: - оптимальных условий и удовлетворительной материальной базы для физического совершенствования. В каждой группе имеются атрибуты и игрушки для подвижных игр и двигательной активности детей на прогулке. Развивающая среда, организованная в детском саду, способствует эмоциональному благополучию ребенка, создает у него чувство уверенности в себе и защищенности; - сотрудничество с родителями по проведению физкультурно-оздоровительной работы с детьми ( пропаганда здорового образа жизни через открытые мероприятия по физической культуре, совместные спортивные праздники, индивидуальную работу с семьей и т. д.)

К Программе воспитания и обучения в детском саду мною используется следующее методическое обеспечение:

-Федорова С.Ю. «Примерные планы физкультурных занятий» (2-3 года);

-Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» (3-4 года);

-Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» (-4-5 лет);

-Федорова С.Ю. «Примерные планы физкультурных занятий» (5-6 лет);

-Федорова С.Ю. «Примерные планы физкультурных занятий» (6-7 лет);

-Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет);

-Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. Пособие для педагогов дошкольных учреждений;

-Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации.

Так же порционно использую в своей работе такие физкультурно-оздоровительные программы и технологии как:

- Глазырина Л Д, Овсянкин В А Методика физического воспитания детей дошкольного возраста.

- Технология организации совместной деятельности педагогов, родителей и детей «Веселая физкультура» на основе педагогической разработки Казиной О.Б.

- «Здоровячок» Программа оздоровления детей в ДОУ (авторы Никанорова Т.С. и Сергиенко Е.М.

- Ритмопластика «Ритмическая мозаика» автор Буренина А.И.

В ДОУ созданы условия для реализации задач по развитию у детей навыков, умений и качеств в соответствии с их возрастными возможностями. Имеется физкультурный зал с разнообразным оборудованием для различных видов движений и раздаточный материал для организации общеразвивающих упражнений и подвижных игр, спортивная площадка на улице, на асфальтированной территории ДОУ имеются разметки для бега, прыжков.

Физкультурно-оздоровительная работа осуществляется мною через различные формы двигательной активности детей: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, спортивные и подвижные игры, физкультурные праздники и развлечения, дни здоровья.

Считаю, что физкультурное занятие является основной формой организованного обучения в ДООУ. С детьми дошкольного возраста провожу в течение учебного года следующие типы физкультурных занятий:

- Классические занятия (по схеме: вводно-подготовительная часть, основная, заключительная части).
- Игровые занятия (с использованием игр: народные подвижные игры, игры-эстафеты, игры-аттракционы и т.д.).
- Занятия тренировочного типа (ходьба, бег, строевые упражнения, спортивные игры, упражнения в лазании, акробатические элементы, упражнения с мячом и т.д.).
- Сюжетные занятия - комплексные (объединенные определенным сюжетом, спортивное ориентирование, с развитием речи, с викторинами и т.д.).
- Занятия серии "Изучаем свое тело" (беседы о своем теле, обучение самомассажу, привитие элементарных навыков по уходу за собой и оказанию первой медицинской помощи).
- Тематические занятия (с одним видом физических упражнений).
- Контрольно-проверочные занятия (выполнение отставания в развитии моторики ребенка и пути их устранения).

Для проведения занятий подбираю физические упражнения, определяю последовательность их выполнения, составляю план-конспект, продумываю методику проведения, готовлю оборудование, размещаю его, слежу за созданием санитарно-гигиенических условий, за одеждой детей.

При организации физкультурного занятия обязательно учитываю:

- строгую регламентацию деятельности детей и дозирование физической нагрузки;
- оптимальную двигательную активность детей;
- чтобы каждое предыдущее занятие быть связано с последующим и составляло систему занятий;
- соответствие возрасту и уровню подготовленности детей;
- имеющееся оборудование и музыкальное сопровождение.

Утренняя гимнастика является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация должна быть направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Ежедневное выполнение физических упражнений способствует проявлению определенных волевых усилий, вырабатывая полезную привычку у детей начинать день с утренней гимнастики. Ее назначение и методика проведения общеизвестны. Утреннюю гимнастику провожу ежедневно до завтрака в течение 5-12 минут (в зависимости от возрастной группы) на воздухе или в помещении (в зависимости от погодных условий).

Широко применяю в течение года с детьми такую форму, как физкультурный досуг, так как он повышает интерес к занятиям, оказывает благотворное воздействие на организм ребёнка, закрепляет двигательные умения и навыки, развивают двигательные качества (быстроту, ловкость), способствует воспитанию чувства коллективизма, дружбы, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, организованность. Он включает в свое содержание уже знакомые детям подвижные игры, эстафеты, задания, разнообразные движения.

При проведении досуга я ставлю следующие задачи:

- развивать у детей умение творчески применять свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками,
- приучать их проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности.

Так, в течение 2018-2019 учебного года с детьми были проведены следующие спортивные праздники и досуги: Осенний марафон, Соревнования по ОФП, спортивное мероприятие «Малые зимние Олимпийские игры», «День защитника отечества», Лыжные гонки, Лыжня России 2019, Веселые старты, Губернаторские состязания.

В течение 2018 -2019 учебного года принимала участие в методических мероприятиях ДОУ, в праздниках и развлечениях, организованных музыкальным руководителем. Разработала комплексы дыхательной гимнастики

Для родителей в ДОУ в течение 2018-2019 учебного года организовывала следующие мероприятия:

- Индивидуальное консультирование родителей «Спортивная форма ребенка», «Профилактика и коррекция плоскостопия у детей», по интересующим их вопросам.

#### Тема самообразования

«Подвижная игра как средство формирования основных видов движения детей дошкольного возраста»

#### Линии развития:

Для роста физической подготовленности детей в будущем году необходимо:

Пополнение инвентаря и спортивных снарядов;

Активизация работы с родителями, воспитателями;

Планомерное и всестороннее проведение физкультурной работы, включая праздники, информационную работу, кружковую работу и т.п.

В следующем учебном году целью моей физкультурно - оздоровительной работы будет являться – охрана и укрепление здоровья ребенка, его полноценное физическое развитие.

Продолжать совершенствовать систему мероприятий, направленных на совершенствование знаний детей о потребности в здоровом образе жизни, привитии интереса к физкультуре и спорту; корректировать совместную работу ДОУ и семьи по вопросам физического воспитания.

